

シニア暮らしにちょうどいい 2人分献立

作・岩崎啓子



シニア世代におすすめの献立を紹介。

食材のムダがでない3日間使い切り献立など、2人分にちょうどいい2品献立を提案します。栄養バランスがよいのに、レンジでできる、フライパンひとつでできるなど簡単に作れます。



買い物は使い切れる分だけ! フライパンで簡単調理! スープ・丼・麺でラクをする!

●条件…注文扱い ●搬入…随時

| ISBNコード | 書名 | 品目コード | 本体 | 判型 | ページ数 | ご注文数 |
|---------------|--------------------|------------|--------|----|------|------|
| 9784651203010 | シニア暮らしにちょうどいい2人分献立 | 6203012300 | 1,500円 | B5 | 96 | |

ご注文は ワン・パブリッシング受注センター ●FAX:0570-008020●

商品在庫には限りがあります。品切れの際はご容赦ください。

| 受注先(取次) | 出荷先(CD) | 書店CD |
|---------|---------|------|
| | | |

(株)ワン・パブリッシング
マーケティング部
TEL 03-6854-3033

| 受注日 | 担当者 |
|-----|-----|
| | |

| 受注No. | 承認番号 |
|-------|------|
| | |

| | |
|-----|--|
| 書店印 | |
|-----|--|